

FATORES DE ESTRESSE EM ENFERMEIROS HOSPITALARES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

STRESS FACTORS IN HOSPITAL NURSES: AN INTEGRATIVE REVIEW OF THE LITERATURE

Daiane Valls Schwerz¹, Marcela Giseli Batalini², Dirléia Florentino dos Santos², Monica Fernandes Freiberg², Célia Maria Gomes Labegalini³

¹ Bacharel em Enfermagem. Faculdade Santa Maria da Glória, Maringá-PR. E-mail: msmdvs@gmail.com

² Docente do curso de Enfermagem. Faculdade Santa Maria da Glória, Maringá-PR.

² Orientadora. Docente do curso de Enfermagem. Faculdade Santa Maria da Glória, Maringá-PR.

RESUMO

Os enfermeiros, pelos processos de trabalho e ambiente que atuam, possuem contato próximo e intenso com diversos fatores estressantes, deixando essa profissão vulnerável ao desenvolvimento de doenças físicas e psicossociais. Assim, este estudo objetivou conhecer os fatores de estresse que acometem o/a enfermeiro/a que atua no ambiente hospitalar brasileiro. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura para tal foi realizada a definição da questão norteadora e eleição dos critérios de inclusão e exclusão. A coleta de dados foi realizada nas bases de dados BIREME e Scielo, utilizando os seguintes descritores: enfermagem, estresse e hospital, organizados com operadores Booleanos. Foram encontrados 168 artigos, destes 96 foram selecionados após leitura do título, 26 após leitura do resumo e 12 pela leitura na íntegra, e estes compuseram esse estudo. Os dados dos artigos que atendiam ao objeto do estudo foram sistematizados em quadros e analisados. Os resultados dos artigos estão apresentados em quatro categorias temáticas, e estas são: demandas do trabalho como fontes de estresse; relacionamento e gerenciamento de pessoas e equipes; ambiente de trabalho e seus fatores estressantes e medidas de controle do estresse no âmbito hospitalar. Conclui-se que o enfermeiro está envolto por diversos fatores estressantes em seu trabalho, contudo os fatores organizacionais e de gestão são os que causam maior impacto, sendo necessário investimento em ações que melhorem o ambiente e o processo de trabalho do profissional enfermeiro.

Palavras-chave: Enfermagem; Estresse; Hospital.

ABSTRACT

Nurses, through the work process and environment they work, have close and intense contact with several stressful factors, leaving this profession vulnerable to the development of physical and psychosocial diseases. Thus, this study aimed to know the stress factors that affect the nurse who works in the Brazilian hospital environment. This is an integrative review of the literature for this, the definition of the right-hand question and the choice of inclusion and exclusion criteria was performed. Data collection was performed in Bireme and Scielo databases, using the following descriptors: nursing, stress and hospital, organized with Boolean operators. We found 168 articles, of these 96 were selected after reading the title, 26 after reading the abstract and 12 by reading in full, and these comprised this study. The data of the articles that met the object of the study were systematized in tables and analyzed. The results of the articles are presented in four thematic categories, and these are: Demands of work as sources of stress; Relationship and management of people and teams; Work environment and its stressful factors and stress control measures in the hospital environment. It is concluded that nurses are surrounded by several stressful factors in their work, however organizational and management factors are the ones that cause the greatest impact, and investment is necessary in actions that improve the environment and the work process of the nursing professional.

Keywords: Nursing; Stress; The hospital.

1 INTRODUÇÃO

O convívio com doenças, com o sofrimento, com a morte, aliado ao inadequado e exaustivo processo de trabalho em saúde tornam a atuação do enfermeiro complexa. Conforme Medeiros (2011), a enfermagem possui alto grau de envolvimento com o paciente, e este, se não desenvolvido em um processo e ambiente de trabalho adequado, pode desencadear estados de ansiedade, tensão física e mental. No exercício das suas atividades, os enfermeiros mantêm constante contato interpessoal, seja com o paciente, família e equipe. E, muitas vezes, são submetidos a processos de trabalho que exigem encargos gerenciais, administrativos e institucionais, os quais divergem dos valores profissionais e sobrecarregam suas atividades.

Conforme Duarte e Mauro (2010), o ambiente também pode influenciar na sobrecarga dos profissionais, visto que realizar a assistência de enfermagem expõe os profissionais a riscos deletérios em nível: fisiológico, ergonômico, químico e psicossocial.

Além disso, estar em ambiente insalubre, onde a pressão de grandes cargas de trabalho é concomitante a inserção de novas e contínuas tecnologias, com frequência, aumentam a insegurança do funcionário e favorecem a insatisfação no trabalho (BACKES, 2006). Esta desestrutura física, profissional e gerencial somada as exigências e as grandes demandas requerem equilíbrio, biológico e psíquico, por parte destes profissionais para manterem sua saúde.

Todos esses fatores levam o enfermeiro ao adoecimento, e este processo é ressaltado em estudos como o de França e Ferrari (2011), que demonstram que os enfermeiros são a classe profissional mais acometida por síndrome de *Burnout*, gerando alta rotatividade profissional e altos índices de absenteísmo.

Fisiologicamente, o estresse é uma resposta de adequação do organismo, na qual os sistemas fisiológicos, como: circulatório, respiratório, endócrino, imunológico e neurológico, reagem a um fator de tensão.

Conforme Oliveira (2006), o organismo humano, quando em situações de desafios e estresse, secreta os hormônios adrenalina e noradrenalina, que liberados na corrente sanguínea atingem as terminações nervosas, provocando aceleração dos batimentos cardíacos e da respiração, acompanhando o aumento do fluxo de sangue para os músculos esqueléticos e

aumentando a liberação de gorduras, este processo ocorre para que o indivíduo possa lutar ou fugir, se necessário.

Em 1929, Walter Cannon conceituou homeostase como o equilíbrio do meio interno, que reflete na manutenção da frequência cardíaca e respiratória em níveis normais. Quando em situação de estresse o organismo sai desse equilíbrio, o sistema corpóreo automático reage, liberando hormônios que alteram os ritmos dos órgãos principais, tais como: coração, pulmão e cérebro, para que haja fuga (SOUSA *et al.*, 2015).

Ainda segundo Sousa *et al.* (2015), o corpo se prepara para aumentar o volume sanguíneo, o cérebro entra em alerta, dilatando as pupilas, os pulmões dilatam os brônquios e aumenta a frequência respiratória. Após o “susto”, o organismo retorna ao estado de homeostase.

Essa mudança de estado – homeostase e luta-fuga - pode ser denominado de Síndrome Geral de Adaptação (SGA), esta se trata do conjunto de respostas desenvolvidas pelo organismo ao ser submetido a situações que exigem esforço de adaptação (FRANÇA; RODRIGUES, 2014).

Autores como Malagris e Fiorito (2006) referem a SGA como um comportamento da estrutura física à algo que amedronta, excita, irrita ou deixa muito feliz. A SGA possui três fases: a primeira trata-se da Fase de alerta – na qual ocorrem manifestações agudas e desordem interna, é o momento em que depara-se com o fator desencadeante do estresse. Ocorre sudorese, taquicardia, taquipneia e hipertensão.

Na segunda, a Fase de resistência - é o instante em que o organismo busca o equilíbrio inicial, há uma grande perda de energia, ocasionando a fadiga, amnésia e o indivíduo começa a duvidar de si mesmo e caso o organismo não se estabilize nesta fase, ocorre a terceira Fase, a de exaustão – caracterizada pelo retorno mais intenso dos sintomas iniciais, ocasionando o aparecimento de patologias (MALAGRIS; FIORITO, 2006).

Os autores França e Rodrigues (2014) também apresentam as reações orgânicas ao *stress*, em três fase, sendo essas: 1ª Fase de alerta: onde ocorre o aumento da frequência cardíaca e pressão arterial, a concentração de glóbulos vermelhos e brancos aumentam, os níveis de glicose sanguínea elevam-se, há uma redistribuição do sangue, aumento da frequência respiratória, dilatação dos brônquios e das pupilas, ansiedade. 2ª Fase de resistência: desenvolve o aumento do córtex da

suprarrenal, ulcerações do aparelho digestivo, irritabilidade, insônia, mudanças no humor, diminuição da libido, atrofia de algumas estruturas relacionadas à produção de células do sangue. 3ª Fase da exaustão: caracteriza-se pelo retorno breve e parcial a reação de alerta, às falhas nos mecanismos de adaptação, ao esgotamento por sobrecarga fisiológica e morte do organismo.

Conforme Sousa *et al.* (2015) a concepção de homeostase e de resposta de estresse relacionam-se a compreensão dos mecanismos de regulação e ajuste do organismo frente ao estresse e desafios, apresentando a íntima relação entre eles.

Jean Piaget ressalta que se deve observar, primeiramente, que o equilíbrio não é característica extrínseca ou acrescentada, mas propriedade intrínseca constitutiva da vida orgânica e mental, pois um organismo em relação ao seu meio apresenta múltiplas formas de equilíbrio, desde o das posturas até a homeostase, sendo estas formas à sua vida. Trata-se, então, de características intrínsecas; portanto, os desequilíbrios duradouros constituem estados patológicos, orgânicos ou mentais (OLIVEIRA, 2006).

Considerando a complexidade do trabalho do enfermeiro, do atuar em saúde, e o adoecimentos dos profissionais desse ramo profissional, delinea-se este estudo na seguinte pergunta de pesquisa: Quais são os fatores de estresse no ambiente hospitalar para o enfermeiro/a? Assim, buscamos reconhecer os principais fatores de estresse que permeiam o trabalho dos enfermeiros hospitalares e, os fatores que promovem a qualidade de vida desses profissionais.

O estudo se justifica por sua relevância temática, haja visto, que o estresse acomete alto número de pessoas, em especial enfermeiros. Segundo o Instituto Nacional de Seguridade Social (INSS), em 2013, 882 pessoas se afastaram do trabalho por transtornos relacionados ao estresse, inclusos no CID- F43, esse desgaste no enfermeiro reflete na sua prática e no cuidado prestado. Deste modo, o estudo possui correlação com o cuidado no processo de trabalho e com a garantia da qualidade de enfermagem prestada.

Como se trata de temática ampla e complexa, a revisão integrativa da literatura, por sua característica sintetizadora de dados existentes, e por permitir o acompanhamento do curso científico dos fatores de estresse, se faz como

metodologia de escolha para alcançar esse objeto de estudo.

Destarte, a realização desta pesquisa é oportuna, pois oferecerá embasamento teórico dos principais fatores de estresse que acometem enfermeiros hospitalares, facilitando o seu reconhecimento precoce e permitindo o desenvolvimento de ações preventivas contra o estresse no ambiente laboral, contribuindo para a qualidade de vida dos trabalhadores da enfermagem.

Dessa forma, têm-se como objetivo geral conhecer os fatores de estresse que acometem o/a enfermeiro/a que atua no ambiente hospitalar brasileiro, e como objetivos específicos: identificar os elementos estressores para enfermeiros hospitalares existentes na literatura científica e; reconhecer as formas de enfrentamento que tanto os enfermeiros quanto as organizações utilizam.

2 MATERIAIS E MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura desenvolvida pautada no referencial de Mendes, Silveira e Galvão (2008). Assim, o estudo foi delineado seguindo 6 passos, descritos na Figura 1.

A primeira etapa consistiu na definição do tema, formulação do objetivo e da questão norteadora do estudo, definida em: quais são os fatores de estresse no ambiente hospitalar que afetam os enfermeiros?

Na segunda etapa, foram estabelecidos os critérios de inclusão e de exclusão de estudos para orientar a busca e seleção. Nessa pesquisa foram incluídos estudos que abordaram o tema estresse em enfermeiros atuantes em hospitais. Como o processo de trabalho e os fatores de estresse são distintos ao redor do mundo, nosso interesse focou-se nos enfermeiros brasileiros. Dessa forma, foram utilizados apenas estudos que demonstrassem a realidade do país, ou seja, foram consideradas apenas pesquisas brasileiras.

Integraram trabalhos publicados entre 1999 e 2016, posto que no ano de 1999, por meio da Portaria GM N°1339, o estresse tornou-se uma doença profissional ou relacionada ao trabalho, sendo inserida no grupo V do Código Internacional de Doenças – 10 (BRASIL, 1999). Foram incluídos no estudo dados que compreenderam o período temporal delimitado, e que apresentaram semelhança ou igualdade nos descritores escolhidos.

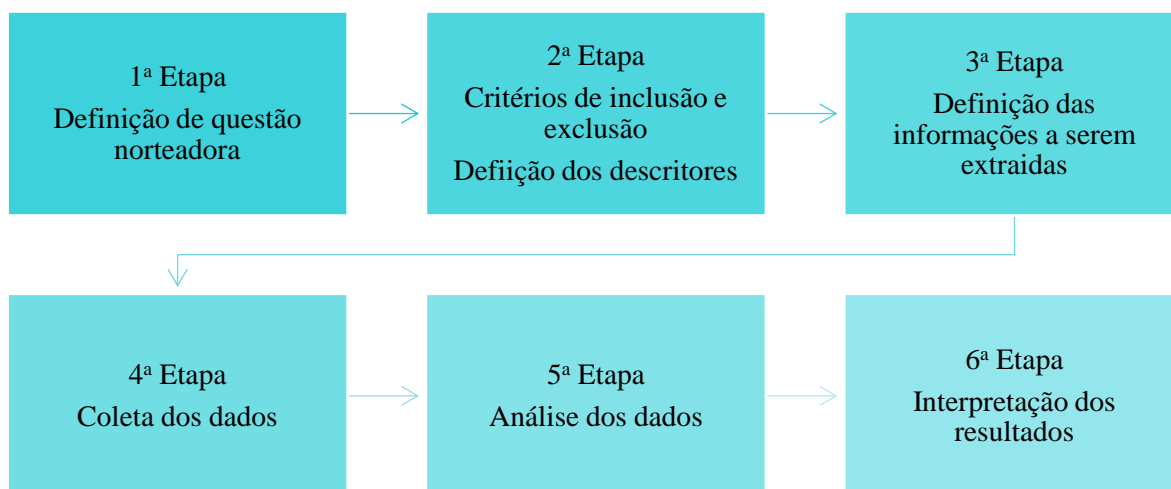


Figura 1 – Fases da revisão integrativa (2008).

Fonte: as autoras (2016).

Foram excluídos os trabalhos que abordaram outros profissionais da saúde, graduados em enfermagem e profissionais atuantes em saúde coletiva, *home care*, auditoria, docência e atendimento pré-hospitalares. Além de artigos em outras línguas que não a Língua Portuguesa e trabalhos que não correspondessem aos objetivos da pesquisa e não contivessem os descritores selecionado em seu título, resumo e palavras-chave.

A quarta etapa se destinou a coleta de dados, para tal foram realizadas buscas nas seguintes bases de dados Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (BIREME) e no banco de dados da *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO).

Para essas pesquisas, se utilizou os descritores: enfermagem, estresse e hospitalar, estes foram identificados nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) definidos pela Biblioteca Virtual em Saúde (Quadro 1).

Descritor	Descritor 1	Descritor 2	Descritor 3
Português	Enfermagem	Estresse	Hospitalar
Inglês	Nursing	Burnout, profissional	Hospital
Espanhol	Enfermería	Agotamiento Profesional	Hospital
Sinônimo		Stress, estafa, desânimo,	Sanatório, enfermagem, nosocômio

		extenuação, exaustão, letargia	o
--	--	--------------------------------	---

Quadro 1 – Descritores do estudo em português, inglês e espanhol e seus sinônimos em português.

Fonte: DeCs (2016).

Os descritores foram associados utilizando os operadores Booleanos, as formas de busca estão apresentadas no quadro 2.

Local de busca	Forma de Busca
BIREME	tw:((tw:(enfermagem)) AND (tw:(estresse)) AND (tw:(hospital)) AND (instance:"regional") AND (fulltext:("1") AND limit:("humans"))) AND (instance:"regional") AND (fulltext:("1") AND db:("LILACS" OR "MEDLINE" OR "BDENF") AND limit:("humans") AND pais_assunto:("brasil"))
SCIELO	ENFERMAGEM AND ESTRESSE AND HOSPITAL

Quadro 2 – Locais e formas de busca.

Fonte: as autoras (2016).

Na quinta etapa, voltada à análise dos dados, os artigos encontrados foram lidos e selecionados, segundo capacidade de atender ao objeto de estudo (Quadro 3).

Os estudos incluídos na pesquisa foram analisados quanto à confiabilidade e cientificidade, por meio das questões: Qual é a questão da

pesquisa? A metodologia está adequada? Os resultados estão baseados nos dados coletados? (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

Local	Encontrados	Selecionados pelo título	Selecionados na íntegra	Total selecionados para o estudo
BIREME	68	49	06	06
SCIELO	100	47	20	06
Resultado	168	96	26	12

Quadro 3 – Descrição da seleção dos artigos.

Fonte: as autoras (2016).

Nessa fase, foram, também, definidas as informações a serem extraídas dos estudos selecionados com o objetivo de organizar as informações. Isso resultou na elaboração de um instrumento de coleta de dados contendo: número do artigo, título, autores, tipo, ano, revista e local de busca, além dos fatores de estresse e métodos de enfrentamento das organizações, organizado com o intuito de reunir e sintetizar as informações-chave.

A sexta etapa foi destinada a interpretação dos resultados, os dados tabulados foram agrupados por semelhança formando as categorias, os dados das categorias foram debatidos com a literatura atual.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os 12 artigos encontrados estão apresentados no quadro 04. Em relação ao tipo, 8 são estudos quantitativos, 2 de revisão, um de descrição observacional e um qualitativo.

Os artigos foram escritos por 27 autores, sendo que a autora Bianchi aparece em três estudos, Guido em dois, e os demais somente em um único estudo, demonstrando a gama de pesquisadores brasileiros debruçados nessa temática.

As revistas que mais publicaram sobre o tema foram: a Revista da Escola de Enfermagem da USP com 4 artigos publicados; logo após vem a Revista Latino-americana de Enfermagem que possui 2 artigos, e as demais revistas somente uma publicação cada, sendo elas: Revista Brasileira de Enfermagem, Acta Paulista de Enfermagem, Revista Panamericana de Saúde Pública, Revista Gaúcha de Enfermagem, Revista de Pesquisa: Cuidado é fundamental Online e Comunicação em Ciências da Saúde. Todas essas revistas são desenvolvidas por departamentos ou programas de pós-graduação na área da saúde com ênfase na enfermagem.

Número do artigo	Título do artigo	Autores	Tipo	Ano	Revista	Local de busca
01	Estresse do enfermeiro em unidade de emergência	BATISTA, K.M. BIANCHI, E. R. F.	Quantitativo	2006	Revista Latino-Americana de Enfermagem	Bireme
02	Síndrome de Burnout e absenteísmo em enfermeiros no contexto hospitalar: Revisão integrativa da literatura brasileira	REZENDE, R. BORGES, N. M. A. FROTA, O. P.	Revisão	2012	Comunicação em Ciências da Saúde	Bireme
03	Síndrome de Burnout em enfermeiros: uma revisão integrativa	OLIVEIRA, R.K.M. COSTA, T.D. SANTOS, V.E.P.	Revisão	2013	Revista de Pesquisa: Cuidado é fundamental Online	Bireme
04	Estresse de enfermeiros em unidade de hemodinâmica	LINCH, G. F. C. GUIDO, L. A.	Quantitativo	2011	Revista Gaúcha de Enfermagem	Bireme

	Rio Grande do Sul, Brasil					
05	O estresse na atividade gerencial do enfermeiro	LAUTERT, L. CHAVES, E. H. B. MOURA, G. M. S. S.	Quantitativo	1999	Revista Panamericana de Saúde Pública	Bireme
06	Sufrimento e prazer no trabalho vivenciado pelas enfermeiras que trabalham em unidade de terapia intensiva de um hospital escola	SHIMIZU, H. E. CIAMPONE, M. H. T.	Qualitativo	1999	Revista da Escola de Enfermagem da USP	Bireme
07	Enfermeiro hospitalar e o stress	BIANCHI, E. R. F.	Quantitativo	2000	Revista da Escola de Enfermagem da USP	SciELO
08	Percepção do estresse entre enfermeiros que atuam em Terapia Intensiva	FERRAREZE, M. G. V.; FERREIRA, V.; CARVALHO, A. M. P.	Quantitativo	2006	Acta Paulista de Enfermagem	SciELO
09	Estresse: fatores de risco no trabalho do enfermeiro hospitalar	MONTANHO LI, L.L.; TAVARES, D. M. S.; OLIVEIRA, G. R.	Quantitativo	2006	Revista Brasileira de Enfermagem	SciELO
10	Fatores estressantes e estratégias de coping dos enfermeiros atuantes em oncologia	RODRIGUES, A. B.; CHAVES, E. C.	Quantitativo	2008	Revista Latino-Americana de Enfermagem	SciELO
11	Caracterização do estresse nos enfermeiros de unidades de terapia intensiva	GUERRER, F. J. L.; BIANCHI, E. R. F.	Quantitativo	2008	Revista da Escola de Enfermagem da USP	SciELO
12	Estresse, <i>coping</i> e estado de saúde entre enfermeiros hospitalares	GUIDO, L. A.; <i>et al.</i>	Quantitativo	2011	Revista da Escola de Enfermagem da USP	SciELO

Quadro 04 – Caracterização dos artigos.
Fonte: as autoras (2016).

Os resultados dos artigos são apresentados no quadro 05 e foram sistematizados em 04 categorias temáticas, e estas são: demandas do trabalho como fontes de estresse, relacionamento e

gerenciamento de pessoas e equipes, ambiente de trabalho e seus fatores estressantes e medidas de controle do estresse no âmbito hospitalar.

Número do artigo	Fatores de estresse	Medidas para diminuir o estresse
01	Condições de trabalho; ambiente físico e atividades relacionadas à administração de pessoal para o bom funcionamento do setor.	Oferecer autonomia com respaldo às decisões tomadas pelos profissionais (não reconhecimento do profissional e conflitos com a classe médica).
02	Aspectos organizacionais do trabalho. Condições ocupacionais inadequadas. Atribuições dos enfermeiros	Aprimoramento de uma política de atendimento à saúde do trabalhador, considerando as especificidades do profissional enfermeiro.
03	Demandas do trabalho. O estresse como fator desencadeante da síndrome de Burnout: fortes exigências do trabalho (uma variante entre esforço de trabalho, recompensa do trabalho e supercomprometimento) são altas e podem levar a comportamentos de competitividade e irritabilidade entre os profissionais de enfermagem e de saúde;	Não há evidências no estudo.
04	Condições de trabalho, sobrecarga de trabalho, bem como aspectos relacionados ao tempo demonstram a exigência de uma otimização da produção em meio ao processo de trabalho.	Políticas de recursos humanos e formação profissional, educação permanente e plano de carreira.
05	Estressores ocupacionais: os relacionados ao ambiente e os relacionados às demandas do trabalho. Sobrecarga de trabalho; situações críticas; conflito de funções; relacionamento interpessoal e gerenciamento de pessoal. Alterações causadas pelo estresse: principalmente imunológicas, músculo-articulares, cardiovasculares e gastrintestinais.	Não há evidências no estudo.
06	Demandas do trabalho, ambiente e relacionamento	Análise constante, detalhado e amplo da dinâmica institucional a fim de detectar falhas.
07	Setor aberto: relacionamento e condições de trabalho. Setor fechado: atividades relacionadas ao funcionamento adequado da unidade. Em ambos os setores a administração de pessoal foi o item mais estressante.	A instituição deve investir no aprimoramento e reciclagem do enfermeiro, <i> coping </i> organizacional,
08	O ambiente de trabalho, como se constatou, é consideravelmente estressante; as atividades desenvolvidas exigem alto grau de responsabilidade e qualificação, com desgaste emocional intenso.	Não há evidências no estudo.
09	Situações críticas, sobrecarga de trabalho, relacionamento interpessoal, gerenciamento de pessoal e conflito de funções.	A implementação de atividades de educação permanente com a equipe de enfermagem
10	Os óbitos dos pacientes, as situações de emergência, os problemas de relacionamento com a equipe de enfermagem e as situações relacionadas ao processo de trabalho.	Não há evidências no estudo.

11	Administração de pessoal; seguido de condições de trabalho; coordenação das atividades; assistência de enfermagem; funcionamento da unidade; relacionamento.	Não há evidências no estudo.
12	Administração de pessoal e conflitos interpessoais são os mais citados.	Ações educativas.

Quadro 05 - Itens encontrados nos artigos que correspondem ao objeto de estudo.

Fonte: as autoras (2016).

3.1 Demandas do trabalho como fontes de estresse

Os artigos 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09, 10 e 11 afirmam que as demandas do trabalho, tais como: longas jornadas de trabalho, escassos recursos materiais e falta de recursos humanos são fatores que predispõe ao estresse do profissional enfermeiro.

A nova ordem econômica passou a dominar e controlar as instituições e a sociedade, alterando conseqüentemente, os valores substanciais relativos ao ofício e sua significação para os indivíduos. Devido a isso, à relação indivíduo-trabalho atual é complexa, delicada e dependente de fatores múltiplos, dentre os quais os de ordem pessoal, os vínculos estabelecidos com as tarefas e o próprio local do expediente (KRAWULSKI, 1991).

Conforme o artigo 02:

As condições inadequadas do ambiente de trabalho são caracterizadas por jornadas prolongadas, excesso de tarefas, baixa autonomia, ambiente físico impróprio e baixa remuneração. Na presença destas condições o profissional pode realizar seu trabalho de forma mecânica, sem tempo para desenvolver seus conhecimentos, suas competências e habilidades, tornando-se frustrado em relação a sua função.

Estes fatores, combinados, vão consolidar uma significação de trabalho singular para cada indivíduo, em um processo essencialmente subjetivo (KRAWULSKI, 1991), que por vezes pode trazer sofrimento e sobrecarga

Já no artigo 04:

Salienta-se que, neste estudo, as questões pertinentes ao número reduzido de trabalhadores e à conseqüente sobrecarga de trabalho, bem como aspectos relacionados ao tempo demonstram a exigência de uma otimização da produção em meio ao processo de trabalho.

Marques e Abreu (2008) ressaltam que o autoritarismo da chefia, a desconfiança, as pressões e cobranças, o cumprimento do horário de serviço, a monotonia, a rotina de certas tarefas, a

falta de perspectivas do progresso profissional e a insatisfação pessoal, são os principais provocadores de estresse no trabalho. Aliado a isso o “O cumprimento de tarefas burocráticas apresenta-se como estressor ao profissional, devido a uma formação acadêmica voltada para a assistência” (Artigo 1).

A exigência nas adaptações práticas e tecnológicas, a falta de apoio dentro das organizações de saúde e a negligência com a saúde dos trabalhadores desmotivam os profissionais, deixando claro, o descontentamento com a atividade laboral e conseqüentemente com a profissão (MEDEIROS, 2011).

3.2 Relacionamento e gerenciamento de pessoas e equipes

Os artigos 01, 02, 05, 06, 07, 09, 10, 11 e 12 referem que o relacionamento interpessoal, com equipes e de gerenciamento são pontos que contribuem para o estresse. O artigo 01:” constatou ser a administração de pessoal uma condição geradora de estresse para enfermeiros de centro cirúrgico, fazendo uma relação com o funcionamento da unidade.”

É da responsabilidade do enfermeiro, o gerenciamento das unidades e a coordenação das atividades assistenciais realizadas pelo conjunto da equipe de saúde. Já na dimensão assistencial, como afirmam Hausman e Peduzzi (2009) destaca-se a visita do enfermeiro como uma atividade que possibilita intervenções de cuidado e também de gerência.

A visita do enfermeiro é caracterizada particularmente pela abordagem clínica e prescrição de procedimentos de enfermagem, além de ser uma concepção ampliada do cuidado que agrega aos procedimentos uma prática comunicativa, de interação entre profissional/paciente, e de articulação entre as ações de enfermagem e desta com as demais áreas profissionais (HAUSMAN; PEDUZZI, 2009).

Deste modo, os fatores que mais acometem os enfermeiros são as condições que se executa as

atribuições; a coordenação do trabalho assistencial e o ambiente em que é desenvolvido.

Assim, o processo de trabalho hospitalar do enfermeiro caracteriza-se em três habilidades, que são de natureza gerencial: habilidades técnicas, humanas e conceituais. Tais habilidades demandam aptidões pessoais diferenciadas, revelando qualidades de quem é analítico, soluto e resolutivo, formando o principal legado do administrador que é o seu capital intelectual (SANCHES *et al.*, 2006).

Além disso, “No processo de trabalho, os enfermeiros assumem desde cuidados assistenciais comuns e relativamente fáceis, até casos de pacientes gravemente enfermos. Além disso, desenvolvem de forma compartilhada, as atividades assistenciais, organizacionais, de coordenação e gerenciamento dos serviços e da equipe” (Artigo 2).

Ainda Sanches *et al.* (2006) destaca que administrar deve ser entendido como um esforço organizado para realização de tarefas, em todas as áreas e em todos os níveis da organização e hierarquia, de forma que todos os objetivos propostos sejam alcançados, que, neste caso, é a própria assistência em enfermagem.

Nesse sentido, Camelo (2006) afirma que o enfermeiro possui maiores tendências à ansiedade e estresse, por vivenciar momentos de maior tensão e conflitos, seja com os pacientes e familiares como com a equipe, e também pelo fato de coordenar e ao mesmo tempo ser coordenado. Aumentando o nível de cobrança, de demanda e de estresse laboral.

3.3 Ambiente de trabalho e seus fatores estressantes

Os artigos 01, 05, 06 e 08 mencionam o ambiente físico como fator que estimula o estresse laboral do enfermeiro. O artigo 01, apresenta que “O ambiente físico e o tempo mínimo para a realização da assistência de enfermagem apresentam-se como determinantes na carga de trabalho do enfermeiro.” O artigo 02 ressalta a inserção da enfermagem em um “ambiente físico impróprio”.

De acordo com Paschoal e Tamayo (2004), o estresse ocasionado pelo ambiente laboral pode ser de dois tipos: os de ordem física, realizados por meio de barulho, iluminação, ventilação, e os de ordem psicossociais, que são os relacionamentos interpessoais, autonomia/controlê no trabalho, fatores relacionados à carreira profissional e as funções pertinentes ao trabalho.

Dessa forma, o estresse, patológico ou fisiológico, pode possuir íntima relação com o processo de trabalho do enfermeiro e o seu ambiente de atuação, trata-se de uma adversidade que permeia a vida diária no ambiente hospitalar (DALRI *et al.*, 2014).

Dentre os espaços de trabalho em que o estresse tem maior destaque é o hospitalar, de acordo com Camelo (2006) esta é a organização que mais modifica o trabalhador, do ponto de vista dos recursos humanos, devido a autoridade e inflexibilidade do regime.

Assim, o trabalho hospitalar é opulento, acirrant e variado. Visto que este engloba, concomitantemente, atividades nocivas, árduas e fatigantes (LIMA JÚNIOR; ÉSTHER, 2001). Assim, o artigo 05 apresenta em seu recorte: “sabemos que a sobrecarga de trabalho, que apareceu como a fonte de maior risco para estresse, é um dos fatores que gera insatisfação ao indivíduo”.

Além disso, a organização do meio terapêutico é parte importante do trabalho da enfermagem, sendo que este esteve alicerçado, desde a sua concepção, na divisão técnica e social do trabalho. Recentemente, consolidou-se a compreensão de que o papel do profissional do enfermeiro está identificado pelas dimensões da assistência na atenção à saúde, educação, pesquisa e gestão. Dimensões estas, que quando articuladas, influenciam diretamente e positivamente na qualidade da assistência (LORENZETTI *et al.*, 2014).

Por razões financeiras, políticas e sociais, os locais de trabalho em saúde são desestruturados, produzindo um ambiente desgastante e inóspito, fomentando o esgotamento físico e mental (MASLACH; LEITER, 1999), em especial no âmbito hospitalar.

3.4 Medidas de controle do estresse no âmbito hospitalar

Poucos artigos trazem sugestões e apresentam medidas para que as instituições hospitalares criem formas de enfrentamento juntamente ao profissional, dado que somente nos artigos 01, 02, 04, 06, 07, 09 e 12 são descritos alguns métodos que auxiliem no processo de apoio ao profissional enfermeiro.

De acordo com artigo 07 (BIANCHI, 2000): A instituição deve investir no aprimoramento e reciclagem do enfermeiro, assim como promover as condições básicas para a atuação adequada desse profissional. Os mecanismos de coping organizacional, tais como reconhecimento do

trabalho executado, incentivo na remuneração e na participação do enfermeiro, supervisão com orientação, participação na tomada de decisão entre outros, podem constituir fator de alívio de stress, proporcionando um ambiente favorável de trabalho e revertendo para a qualidade de assistência prestada ao paciente e aos familiares.

De forma geral, o enfrentamento refere-se como cada indivíduo lida com às situações conflitantes da rotina diária. Contudo, existem maneiras de gerenciamento do estresse para enfermeiros, tais como: escuta ativa, auxílio entre equipe, relacionamento respeitoso, e possuir conhecimento técnico-científico para prestar assistência (CAMELO, 2006).

Já no artigo 09 (MONTANHOLI *et al.*, 2006):

A dinamização do relacionamento da equipe de enfermagem, assim como da equipe multiprofissional poderá propiciar uma comunicação mais efetiva e, é possível que os enfermeiros sentir-se-ão mais valorizados, mais seguros no desempenho do seu trabalho, favorecendo, inclusive, o enfrentamento da crise e das situações adversas.

Dessa forma, pode se ressaltar que o estresse é um fator ativo e diário na labuta hospitalar, e apenas o esforço do próprio indivíduo não são capazes de reverter o desgaste que o estresse causa.

Nesse sentido, o estresse é a consequência da relação entre estímulos interno, externos e estratégias de enfrentamento do indivíduo (MALAGRIS; FIORITO, 2006). Guido *et al.* (2011) refere, ainda, que estas são determinadas por mecanismos internos e externos, os quais incluem saúde, crenças, responsabilidades, suporte, habilidades sociais e recursos materiais.

O controle do estresse depende da identificação dos fatores estimulantes, porque desta forma, é possível desenvolver métodos de *coping* e resiliência, que auxiliarão em como lidar com as situações presentes e futuras (CAMELO, 2006).

Outros autores como França e Rodrigues (2014) descrevem outros métodos para lidar com o estresse, subdividindo em físicos, psíquicos e sociais. Os físicos incluem as atividades físicas regulares, alimentação balanceada, aprendizagem de técnicas de meditação e relaxamento.

Os métodos psíquicos seriam psicoterapêuticos, ou seja, processos que favoreçam o autoconhecimento, o incentivo à

estruturação do tempo livre com atividades ativas, prazerosas e avaliação periódica da qualidade de vida (FRANÇA; RODRIGUES, 2014).

E os métodos sociais são mudanças na organização do trabalho, enfocando as modificações nas relações de poder, excluindo a forma coerciva e repetitiva de trabalho, propondo ações que possam aumentar a motivação e incentivar a participação de todos os trabalhadores, além de incentivar a melhoria das condições socioeconômicas por meio do investimento na formação pessoal e profissional (FRANÇA; RODRIGUES, 2014).

Deste modo, os trabalhadores possuíram vários benefícios para sua saúde, visto que as ações de prevenção do estresse impactam na melhora da qualidade de vida e motivação para o trabalho, contribuem para a redução do número de doenças e afastamentos, oportuniza o crescimento pessoal-profissional, além de otimizar os recursos da empresa (FRANÇA; RODRIGUES, 2014).

Assim, desenvolver programas que visem a saúde do trabalhador dentro da empresa, podem propiciar melhora do ambiente psicossocial, enfatizando mudanças mais urgentes e relevantes na organização do trabalho, almejando impactar a satisfação no trabalho e a melhoria dos indicadores de saúde dos profissionais (CAMELO, 2006).

No artigo 02, “os autores ressaltam que cabe aos gestores à elaboração de políticas e programas visando à melhoria da qualidade das condições de trabalho”. Assim, a organização da instituição deve acompanhar e reconhecer os profissionais que estão vinculados à instituição, bem como incentivar o desenvolvimento intelectual de seus funcionários, lembrando que cada um possui uma história pessoal, que gera aspirações, motivações, necessidades psicológicas (LIMA; BIANCHI, 2010).

Assim, o ambiente hospitalar é saturado de fatores estressantes, contudo, podem ser superados através de ações estruturadas e condizentes com a missão da empresa, juntamente com a mudança no profissional, que deve aprender novas formas de viver, absorver opiniões morais e filosóficas, deve-se criar perspectivas de ação desenvolvendo a consciência para as transformações necessárias à melhor qualidade de vida (GUIDO *et al.*, 2011).

4 CONCLUSÃO

No presente estudo buscou-se responder: quais são os fatores de estresse no ambiente

hospitalar que afetam os enfermeiros? Conclui-se que os fatores de estresse que acometem o profissional enfermeiro que atuam no âmbito hospitalar possuem íntima relação com o ambiente de trabalho em si, em especial com a rigidez e sobrecarga do processo de trabalho hospitalar. O relacionamento interpessoal, gerenciar pessoas e equipes gera desgaste físico e mental, pelo constante contato com as pessoas e por somar a atividade assistencial exercida pelo enfermeiro.

As demandas do trabalho da enfermagem compreendem além do desenvolvimento de atividades técnico-científicas, a implicação emocional, em um meio permeado por dor, sofrimento e perdas ampliando as demandas do enfermeiro no processo de cuidar. Por fim, as medidas de controle do estresse no âmbito hospitalar são incipientes e necessitam do envolvimento tanto do enfermeiro como da gestão, somente essa dualidade pode promover, de modo eficaz a saúde do trabalhador da enfermagem.

Destarte, podemos compreender que a profissão do enfermeiro/a é um constante desafio de contornar situações críticas, na qual a comunicação precisa ser eficiente e efetiva, a fim de proporcionar uma assistência com qualidade para o cliente, e resultar em um bom relacionamento com a equipe de enfermagem que atua junto com o enfermeiro/a.

O trabalho educativo e de conscientização devem ser o foco de novos estudos na temática em questão. Ações devem incluir profissionais, gestores e graduandos na área, desenvolvidos especialmente na ótica da prevenção do estresse e de suas comorbidades.

REFERÊNCIAS

BACKES, M. T. S. **A sustentação da vida no ambiente complexo de cuidados em unidade de terapia intensiva.** Tese (doutorado). Florianópolis, 2011. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/95852>> Acesso em: out.2016.

BATISTA, K. M.; BIANCHI, E. R. F. Estresse do enfermeiro em unidade de emergência. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v.14, n.4, p.534-539, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v14n4/v14n4a10.pdf>>. Acesso em: out.2016.

BIANCHI, E. R. F. Enfermeiro hospitalar e o stress. **Revista da Escola de Enfermagem da**

USP. v. 34, n. 4, p. 390-394, 2000. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v34n4/v34n4a11>>. Acesso em: mar.2016.

_____. Escala Bianchi de Stress. **Revista da Escola de Enfermagem da USP.** v. 43, n. especial, p.1055-1062, 2009. Disponível em: <http://www.producao.usp.br/bitstream/handle/BDPI/4062/art_BIANCHI_Escala_Bianchi_de_Stress_2009.pdf?sequence=1>. Acesso em: mar.2016.

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. Portaria nº 1339. **Lista de Doenças Relacionadas ao Trabalho.** CID 10 - Grupo V, p. 161-191, 1999. Disponível em: <<http://www.fiocruz.br/biosseguranca/Bis/manuais/seguranca%20e%20saude%20no%20trabalho/Saudedotrabalhador.pdf>>. Acesso em: mar.2016

CAMELO, S. H. H. estresse e atividade ocupacional do enfermeiro hospitalar. **Revista Baiana de Enfermagem.** v. 20, n. 1,2,3, p. 69-77, 2006. Disponível em: <<https://portalseer.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/3903/2867>>. Acesso em: jun.2016.

COFEN. Conselho Federal de Enfermagem. **Decreto Nº 94406/87** – Regulamenta a Lei Nº 7498/86. Disponível em: <www.cofen.gov.br/decreto-n-944067_4173.html> Acesso em: maio de 2016.

DALRI, R. D. C. D. M.; SILVA, L. A. D.; MENDES, A. M. O. C.; ROBAZZI, M. L. C. C. Carga horária de trabalho dos enfermeiros e sua relação com as reações fisiológicas do estresse. **Revista latino-americana de enfermagem**, v. 22, n. 6, p. 959-965, 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v22n6/pt_0104-1169-rlae-22-06-00959.pdf>. Acesso em: mar.2016.

DUARTE, N. S.; MAURO, M. Y. C. Análise dos fatores de riscos ocupacionais do trabalho de enfermagem sob a ótica dos enfermeiros. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional.** v. 35, n. 121, p. 157-167, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbso/v35n121/17.pdf>>. Acesso em: abr.2016.

FERRAREZE, M. V. G.; FERREIRA, V.; CARVALHO, A. M. P. Percepção do estresse entre enfermeiros que atuam em Terapia Intensiva. **Acta Paulista de Enfermagem**, v.19, n.3, p. 310-

315, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ape/v19n3/a09v19n3.pdf>>. Acesso em: ago.2016.

FRANÇA, A. C. L.; RODRIGUES, A. L. **Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática**. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2014.

FRANÇA, F. M.; FERRARI, R. Síndrome de Burnout e os aspectos sócio demográficos em profissionais de enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 25, n. 5, p. 743-748, 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ape/v25n5/15.pdf>>. Acesso em: out.2016.

GUIDO, L.A.; LINCH, G.F.C.; PITTHAN, L. O.; UMANN, J. Estresse, coping e estado de saúde entre a enfermeiros hospitalares. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v.45, n.6, p.1434-1439, 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v45n6/v45n6a22.pdf>>. Acesso em: out. 2016.

GUERRER, F. J. L.; BIANCHI, E. R. F. Caracterização do estresse nos enfermeiros de unidade de terapia intensiva. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 42, n.2, p. 355-362, 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v42n2/a19.pdf>>. Acesso em: set. 2016.

HAUSMANN, M.; PEDUZZI, M. Articulação entre as dimensões gerencial e assistencial do processo de trabalho do enfermeiro. **Texto Contexto Enfermagem**, v. 18, n. 2, p. 258-65, 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tce/v18n2/08>>. Acesso em: mar.2016.

INSS. 2013. Disponível em: <<http://www3.dataprev.gov.br/scripts/10/dardoweb.cgi>> Acesso em: jun. de 2016.

KRAWULSKI, E. A orientação profissional e o significado do trabalho. **Revista da ABOP**. v. 1, n. 1, s/p, 1998. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rabop/v2n1/v2n1a02.pdf>> Acesso em: ago.2016.

LAUTERT, L.; CHAVES, E. H. B.; MOURA, G. M. S. S. O estresse na atividade gerencial do enfermeiro. **Revista Panamericana de Saúde Pública**, v.6, n. 6, p. 415-425, 1999. Disponível

em: <<http://www.scielo.org/pdf/rpsp/v6n6/0968.pdf>>. Acesso em: maio.2016.

LIMA, G. F.; BIANCHI, E. R. F. Estresse entre enfermeiros hospitalares e a relação com as variáveis sociodemográficas. **Revista Mineira de Enfermagem**, v. 14, n. 2, p. 210-218, 2010. Disponível em: <<http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/108>>. Acesso em: abr.2016.

LIMA JÚNIOR, J. H. V. ÉSTHER, A. B. Transições, prazer e dor no trabalho de enfermagem. **Revista de Administração de Empresas**, v. 41, n. 3, p. 20 – 30, 2001. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rae/v41n3/v41n3a03>>. Acesso em: abr.2016.

LINCH, G. F. C.; GUIDO, L. A. Estresse de enfermeiros em unidade de hemodinâmica no Rio Grande do Sul, Brasil. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 32, n. 1, p. 63-71, 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tce/v19n3/a10v19n3.pdf>>. Acesso em: set.2016.

LORENZETTI, J.; ORO, J.; MATOS, E.; GELBCKE, F. L. Organização do trabalho de enfermagem: abordagens na literatura. **Texto Contexto Enfermagem**, v.23, n.4, p.1104-1112, 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v23n4/pt_0104-0707-tce-23-04-01104.pdf>. Acesso em: abr.2016.

MALAGRIS, L.E.N.; FIORITO, A.C.C. Avaliação do nível de stress de técnicos da área da saúde. **Estudos de Psicologia**, v.23, n.4, p. 391-398, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v23n4/v23n4a07.pdf>>. Acesso em: maio.2016.

MARQUES, V.; ABREU, J. A. Estresse ocupacional, conceitos fundamentais para seu gerenciamento. **Psico**, v.39, p.275-281, 2008. Disponível em: <http://www.aedb.br/seget/arquivos/artigos09/288_Estresse%20ocupacional,%20conceitos%20fundamentais%20para%20o%20seu%20gerenciamento.pdf>. Acesso em: abr.2016.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. **Trabalho:** Fonte de prazer ou desgaste? Guia para vencer o estresse na empresa. Papirus: Campinas, 1999.

MEDEIROS, J. M. **A vivência do ambiente hospitalar pela equipe de enfermagem.** Dissertação (mestrado). PUC. Goiás, 2011. Disponível em: <<http://www.cpgss.pucgoias.edu.br/ArquivosUpload/2/file/MCAS/Julia%20Maria%20Medeiros.PDF>>. Acesso em: maio.2016.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto e Contexto Enfermagem**, v.17, n.4, p.758-764, 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tce/v17n4/18.pdf>>. Acesso em: out.2016.

MONTANHOLI, L. L.; TAVARES, D. M. S.; OLIVEIRA, G. R. Estresse: fatores de risco no trabalho do enfermeiro hospitalar. **Revista Brasileira de Enfermagem**. v. 59, n.5, p.661-665, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reben/v59n5/v59n5a13.pdf>>. Acesso em: abr.2016.

OLIVEIRA, E. A. Delimitando o conceito de stress. **Ensaios e Ciência**, v. 1, n. 1, p. 11-18, 2006. Disponível em: <<http://www.medtrab.ufpr.br/arquivos%20para%20download%202011/saude%20mental/Delimitando%20o%20conceito%20de%20stress.pdf>>. Acesso em: mar.2016.

OLIVEIRA, R. K. M.; COSTA, T. D.; SANTOS, V. E. P. Síndrome de *Burnout* em enfermeiros: uma revisão integrativa. **Revista de pesquisa: cuidado é fundamental online**, v. 5, n. 1, p. 3168-3175, 2013. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1409/pdf_682>. Acesso em: out.2016.

PASCHOAL, T.; TAMAYO, A. Validação da escala de estresse no trabalho. **Estudos de psicologia**, v. 9, n. 1, p. 45-52, 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/epsic/v9n1/22380.pdf>>. Acesso em: out. 2016.

REZENDE, R. BORGES, N. A.; FROTA, O. P. Síndrome de *Burnout* e absenteísmo em enfermeiros no contexto hospitalar: revisão integrativa da literatura brasileira. **Comunicação em Ciências da Saúde**, v. 23, n. 3, p. 243-252, 2012. Disponível em: <http://www.escs.edu.br/pesquisa/revista/2012Vol23_3_6_SindromeBurnoutabsenteismo.pdf>. Acesso em: out.2016.

RODRIGUES, A. B.; CHAVES, E. C. Fatores estressantes e estratégias de coping dos enfermeiros atuantes em oncologia. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v.16, n.1, s/p, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v16n1/pt_03.pdf>. Acesso em: out.2016.

SANCHES, V. F.; CHRISTOVAM, B. P.; SILVINO, Z. R. Processo de trabalho do gerente de enfermagem em unidade hospitalar - uma visão dos enfermeiros. **Escola Anna Nery**, v.10, n.2, pp.214-220, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ean/v10n2/a07v10n2>>. Acesso em: out.2016.

SHIMIZU, H. E.; CIAMPONE, M. H. T. Sofrimento e prazer no trabalho vivenciado pelas enfermeiras que trabalham em unidades de terapia intensiva em um hospital escola. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 33, n.1, p. 95-106, 1999. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v33n1/v33n1a09.pdf>>. Acesso em: out.2016.

SOUSA, M. B. C.; SILVA, H. P.; GALVÃO-COELHO, N. L. Resposta aos estresse: I. Homeostase e teoria de alostose. **Estudos de Psicologia**, v. 20, n. 1, p. 2-11, 2015. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/epsic/v20n1/1413-294X-epsic-20-01-0002.pdf>>. Acesso em: abr.2016.